

なかま

手もつなごう

第128号

発行所 岡山市中区古京町1-1-17
公益社団法人岡山県栄養士会
電話 086-273-6610
FAX 086-273-6667

HPアドレス
<http://okayama-eiyo.or.jp/>

E-mail
jimu@okayama-eiyo.or.jp

編集 なかま

編集委員会

印刷 西尾総合印刷株式会社

「自然派給食®」には、子どもさんの未来をお母さんのように想う気持ちが込められています。

自然派給食8つのこだわり

1. 玄米ごはんが主食
2. 調味料にこだわり（低塩、自然精製）
3. 季節の野菜をしっかり
4. 植物性タンパク質>動物性タンパク質
5. 海藻・豆類の栄養たっぷり
6. 国産・県産食材採用へ果敢にチャレンジ
7. 食物アレルギー対応の革新
8. できたてを感じる配膳給食

目指せ地産地消100%!

大学生主宰の農業法人と連携して瀬戸内市の大地の豊穡を味わっていただけるよう、給食に積極採用しています。



受託先の
社員食堂
風景



(株)セントラルフーズ

『生涯教育を受け 管理栄養士・栄養士のミニマムスタンダードを身につけよう!!』

(公社)岡山県栄養士会長 森 恵子



昨年度末にはうれしいニュースがありました。ご承知の通り、本年4月から診療報酬の栄養食事指導料が20年ぶりに改訂され、外来・入院栄養指導料の増額、栄養食事指導の対象拡大、在宅訪問栄養指導の要件緩和等がされました。これが実現したのは、一つには、医療事業部の方々を中心として栄養指導の効果を実証、栄養指導のエビデンスを積み上げていったこと、二つ目には、病態栄養学会や臨床栄養学会等の関連学会、そして栄養士議員連盟の先生方のお力添えがあったおかげだと考えています。

しかし、一番の力は、私たちが栄養の指導を「うまずたゆまず実践すること」により、周囲の方々の理解を得ていったことに尽きると思います。うまずたゆまず実践するにあたって、常に最高の栄養の指導ができるように知識と技術を習得し、栄養の指導の効果をいろいろな学会で発表していったからだと思います。

これからも知識やスキルの充実に努め、様々な場所で自分たちの仕事の成果を声高らかに発表していただきたいと思います。身近でいうと、生涯教育を受講し、実践し、その成果を岡山県栄養改善学会で発表していただきたいと願っています。

「栄養の指導」の実践を行う中でいろいろな悩みも出てくるだろうと思います。管理栄養士・栄養士が主役になっている漫画を紹介します。「ホスピ+めし」と「エーヨーヒーロー」、この二つのシリーズです。新米栄養士さんが周囲に支えられ、悩みながら成長していっています。仕事を進めるうえでのヒントをもらえます。

私たち、管理栄養士・栄養士は、人々の生き方のサポートを栄養、食事面から行っています。地域、保育園、学校、病院、施設などあらゆる場面で人々に寄り添い、悩みながら栄養の指導を行っていることに誇りを持って進んでまいりましょう。

皆様におかれましては、栄養士会活動に対し、引き続き、力強い支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。私の会長就任の挨拶とさせていただきます。



副会長 坂本八千代

今回、副会長に選出していただきました坂本です。森会長を中心に必要とされる管理栄養士・栄養士を目指しネットワークを活かし、これからの高齢化社会に柔軟に対応していきたいと考えています。医療・福祉・地域の連携、あらゆる年齢層への食育を行いしっかりと地盤を作っていきます。



副会長 畑本 淑子

岡山県栄養士会の理事を2年、何も分からないまま他の理事・役員の方々と(理事の)仕事をしてみましたが、この度、副会長という大役をお受けすることになりました。

栄養士の仕事は専門職であり、地域・医療・学校などいろんな場での活躍が期待されています。その期待に応えられるよう栄養士個々のスキルアップが必要になってくるのではないのでしょうか。

私も微力ではありますが、皆様と一緒に頑張っていきたいと思っています。2年間よろしく願いいたします。



副会長 森光 大

みんなでスキルアップしましょう！ この度の役員改選で副会長を拝命いたしました森光です。若い頃から現在も栄養士の諸先輩方よりご指導をいただき感謝申し上げます。私にできることがあれば会にお返しをしたいと思い2000年頃から福祉の役員をはじめ理事等を務めさせていただいています。栄養関係の学会がたくさん出来たことや日本栄養士会と一般会員の人の距離感を感じながら、岡山県栄養士会ならではの現実に即した有益な研修会を企画したり、皆さんと一緒に勉強をして一緒にスキルアップを目指したいと思っています。よろしくお願いいたします。

平成28年度公益社団法人岡山県栄養士会定時総会

新見支部 富谷香保里

平成28年6月11日(土)、オルガホールにおいて「公益社団法人岡山県栄養士会定時総会」が開催されました。森会長の、20年ぶりに診療報酬が改定されたが、栄養士会会員の努力と議員連盟など多くの関係者の力添えがあり、実現したものである。今後も知識や技術の周知だけでなく、仕事の成果をどんどん学会等で発表し発信して欲しい、という開会の挨拶で始まりました。

来賓として、岡山県知事伊原木隆太氏、岡山県栄養改善協議会会長中川初美氏、岡山県保健福祉部長荒木裕人氏をお迎えし、「治療より予防、健康寿命の延伸と県民の方々の健康を守っていく栄養士を目指して欲しい」などのご祝辞を頂戴しました。

その後、岡山県知事表彰、岡山県健康福祉部長表彰、福田道子賞の表彰行事が行われました。受賞された皆様、おめでとうございます。

定時総会は、出席正会員126名、書面表決1,061名、総会員数1,764名の2分の1を満たし有効に成立しました。第1号議案・公益社団法人岡山県栄養士会理事及び監事選任の件、第2号議案・公益社団法人日本栄養士会代議員選任の件、第3号議案・平成27年度貸借対照表及び損益計算書（正味財産増減計算書）、財産目録承認の件についてが賛成多数により可決されました。理事会報告、平成27年度事業報告・監査報告、平成28年度基本方針・事業計画・予算についていずれも賛成多数で可決されました。又、新理事25名、新監事2名、新代議員7名が信任され定時総会は終了しました。

特別講演は、「これからの栄養問題と対処法～関連職種との連携の中で管理栄養士・栄養士の役割は何か～」と題し、神奈川県立保健福祉大学長であり、公益社団法人日本栄養士会名誉会長 中村丁次氏によるお話でした。

「時代と共に栄養問題は変化してきた」かつての日本の栄養障害は、欠乏症によるものだったが、戦後10年で低栄養を改善させ、それは我々の先輩

方による徹底した栄養教育と、学校給食のおかげである。誰も耳を傾けてくれない…。ではこちらから行こう！ということで、日本中をキッチンカーでまわり教育をされたそうです。そして栄養状態が良くなると健康になり、働き手も増え、国も豊かになり豊食の時代へと変わっていった。食事の欧米化、生活習慣病の問題が起こってきたが、最近は欧米化にもブレーキがかかり始め、過剰栄養問題は解決されつつある。そして新たな栄養問題として、「栄養障害の二重負荷」が起こってきている。同じ国に、同じ地域に、同じ家族に、同じ人物に過剰栄養と低栄養が混在している状態であり、若い頃は、生活習慣病予防に気を付けないといけないが、ある年齢を越えると介護予防・低栄養対策に切り替える必要がある。人によってその時期は異なるが「いつの時点でギアチェンジするか」問題である。高齢者の低栄養障害として、サルコペニア、フレイル（虚弱）があり、その要因は加齢・病気・薬の副作用・認知症・社会的要因等である。これらを予防するには専門職とチーム活動が必要となっていており、地域包括ケアシステムの構築により医療及び介護の連携の必要性が高まってきている。この中にどのように栄養士が入り込み、他職種と連携していくか…。チームケアをする上で大切なのは、コミュニケーション、情報の共有化、業務の標準化、チームマネジメントで、お互いに協働し、信頼しあいながら進めることが必要であるが、栄養士はチームの中でのトレーニングを受けていないため、NSTの場でも発言出来ないことが多い。栄養士の質を向上させるために、卒前・卒後教育が重要である。時代と共に栄養問題も変化していくが、その時々に対応出来るよう、スキルアップしていく必要がある。

「一番星（最初に最も輝く星）を目指して！」という中村先生からのエールの言葉で締めくくられました。



おめでとうございます
平成28年度受賞者名簿

○岡山県栄養改善事業功労

長年にわたり栄養改善事業に従事し、特に功労のあった栄養士に贈られます。

(1)岡山県知事表彰

受賞者	支 部
安 藤 智 里	岡山市

○岡山県栄養指導業務功労

長年にわたり栄養指導業務に従事し、特に功労のあった栄養士に贈られます。

(1)岡山県知事表彰

受賞者	支 部
土 居 純 子	井 笠
小 橋 朋 子	倉敷市

(2)岡山県保健福祉部長表彰

受賞者	支 部
八 幡 準 子	津 山
小見山 幸 恵	高 梁

○岡山県栄養士養成功労

長年にわたり栄養士、管理栄養士養成に従事し、特に功労のあったものに贈られます。

(1)岡山県知事表彰

受賞者	養成校名
大 野 婦美子	くらしき作陽大学

(2)岡山県保健福祉部長表彰

受賞者	養成校名
村 上 淳	中国学園大学

○福田道子賞

栄養・食育事業の普及浸透を図り、後継指導者育成のため有能な人材に贈られます。

受賞者	事業部名
佐 藤 洋 子	地域活動
細 川 良 子	地域活動



福田道子賞受賞 その後の活動報告

地域活動事業部 下田 裕恵

昨年は「福田道子賞」をいただき、自分の管理栄養士としての役割について改めて考える貴重な一年になりました。

地域活動事業部に移り4年、事業部、支部などの活動に参加する機会も増え、管理栄養士・栄養士は仕事としてだけでなく、地域社会にその専門知識をもって貢献する使命があるのだと感じていました。その頃「スポーツ栄養サポート事業」で何度か講演をさせていただいていた新体操競技から継続的なサポート依頼がありました。

新体操は審美系と呼ばれる見た目の美しさが重要な要素になり、細い体形を維持しつつ、アスリートとして優れたパフォーマンス性を発揮しなければならない競技です。講演では成長期には必要なもの、つまり食事（栄養）は摂り、エネルギーは調理法やお菓子で減らすという内容で行いました。しかし個別での懇談を重ねた結果、見えてきたのは選手達は幼い時から食事制限を行っていて、試合が近づくと食べない、体重のつじつま合わせで水を飲まない、甘い物は食べたいので食事

の代わりにお菓子を食べる…など、将来の事を考えると恐怖さえ感じる状況でした。

昨年度はこの食事の改善に大半を費やしました。新体操競技では後進県といわれている

岡山県ですが高校新体操の三大大会と言われるインターハイ、国体、全国選抜にも出場を果たし、大きなケガをする選手もなく終える事ができ安堵しています。

今後も管理栄養士として、地域の方達に食事を通して貢献できるよう考え、行動して行きたいと思っています。

この場をお借りして、この一年アドバイスをいただいた皆様に心から感謝申し上げます。ありがとうございました。



「生涯青春 ～ 初心忘れず～」— 福田道子賞を受賞して —

公衆衛生事業部 美作保健所 春名かをり

名誉ある福田道子賞を受賞したこの一年、岡山県の野菜摂取量が280gと、目標量の350gより70g不足しており、全国の中でも低いうえ、特に若い世代で低いことから、生活習慣病予防・改善に結びつく野菜摂取向上に取り組んでまいりました。

全県では、市町村栄養士研究協議会が実施した野菜摂取状況調査の調査設計や、結果をどう栄養施策に生かすかを一緒に考えました。管内では研修会を実施し、現状と野菜の効能、野菜ブーケを伝達、現在栄養委員さんと野菜のクリアファイルも作成中です。

また二つの高校に出向いて、栄養委員さんと朝食の大切さや生活習慣病を避ける技、調理実習を通して自炊の方法を伝えました。その中で、よいウチを出す秘訣として「野菜



栄養委員の中島会長さんと

をしっかり食べよう。主食・主菜・副菜をそろえて和食に」と、お話ししました。ウチは体からの大きな便りで、食事を作らない男性・高校生にも野菜不足・食物繊維不足がよくわかり、食事の改善に結びつきます。よいウチが出るようになった方からは報告もいただけています。

私が最初に赴任した保健所は、調査で実態を把握して事業を展開するところでした。これからも情熱を失うことなく、住民の暮らしを見つめ、食の実態を把握したうえで、地域の住民や栄養委員の皆様のお役に立てる仕事に取り組んでまいりたいと思います。



野菜たっぷりメニュー

平成28・29年度の理事です。
よろしくお祈いします。



学校健康教育事業部 光森 麻里

私は、大学を卒業して3年間は病院に、今は、栄養教諭として岡山市内の中学校で勤務させていただいています。

これから栄養士会という組織の中で、いろいろな事業部の方と共にお仕事ができることは、今の自分の仕事の幅を広げたり、内容を深めたりできるのではないかととても楽しみにしています。

まだまだ未熟で至らないところですが、何とぞ会員皆様のご指導をいただきながら成長していきたいと思っていますので、よろしくお祈いいたします。



公衆衛生事業部 高原 一恵

この度は、公衆衛生事業部から理事に就任させていただくことになりました。今までは、栄養士会活動に参加して、勉強させていただきただけでしたが、

これからは、運営に携わり、会員の皆様のお役に立てるよう微力ながら、精一杯努力していきたいと思っています。どうぞよろしくお祈いします。



地域活動事業部 細川 良子

この度の総会におきまして、初めて理事として選任していただき、責任の重さをひしひしと感じております。これまで6年間地域活動事業部の役員として関わらせていただいております。これまで、多くの方のお力添えで地域の管理栄養士として活動の場を作っていただいたことを胸に、仲間と手を携えて、笑顔に繋がる食支援を実践できるように精進してまいりたいと思っていますのでどうぞよろしくお祈いいたします。



研究教育事業部 人見 哲子

この度、研究教育事業部の代表として、微力ではございますが、会のお手伝いをさせていただくことになりました。まだ分からないことばかりですが、ご支援を賜りながら役割を果たして参りたいと思っております。主に生涯教育研修会を担当することになっていきますので、会員の皆様がより多く参加できる研修会を実施できるように努力したいと考えております。どうぞよろしくお祈いいたします。



勤労者支援事業部 本多 佳代

この度、再度理事に就任しました本多と申します。

私たちの仲間は自衛隊・コントラクト会社・矯正施設・企業と幅広い分野で活躍をしています。中には派遣社員待遇の方も少なくありません。

現場では勤労者の方が健康で働くことができますように。皆さんのニーズに応えられるために「食産業」に関わる管理栄養士・栄養士が食事と食育指導に取り組んでいます。

日々皆さんの声を聴き喜んでいただける食事を提供しています。

そして、ストレスの多い社会で喫食者の方が、食事により幸せで健康な毎日を送れるように、私たちは資質向上に努めてまいります。岡山県栄養士会のビジョンに沿って研修会にも参加していきます。微力ではありますが仲間といっしょに努力してまいります。

皆様、ご指導のほどよろしくお祈い申し上げます。



公衆衛生事業部 吉岡千恵子

公衆衛生事業部から栄養士会理事に就任いたしました、瀬戸内市健康づくり推進課の吉岡千恵子と申します。役員の方々や、栄養士会会員の皆様に助けていただきながら、栄養士のスキルアップや仲間づくりなど、栄養士会の役割の一端を果たすことができたいと思っています。2年間どうぞよろしくお祈いいたします。



医療事業部 市川 和子

川崎医療福祉大学臨床栄養学科 市川和子と申します。今年の3月まで川崎医科大学附属病院栄養部に40年余り勤務しており、4月より川崎医療福祉大学

臨床栄養学科にて教鞭をとることとなりました。今までの経験を生かして今期医療事業部の部長を拝命することとなりました。その縁あって今年より岡山県栄養士会の理事もお受けすることとなりました。今後、益々高齢化する社会において地域包括ケアを目指し、管理栄養士のあるべき姿を皆さんと共に考え確立していきたいと考えている所存です。今、頑張らなくては管理栄養士・栄養士の立ち位置が危ぶまれる時と考えますので、一致団結してボトムアップに努めましょう！



医療事業部 春名美智子

今年度、2期目を務めさせていただくことになりました。1期目は理事として、何ができるのか模索しながらの2年間でしたが今年度は、医療事業部で担当している地区において管理栄養士の交流会を始めました。定期的開催し、栄養相談についての悩みや情報交換、たまには愚痴などを自由に話し合っています。小さな活動ではありますが、少しでも栄養士会の活性化に貢献できるように取り組んでいきたいと考えております。



福祉事業部 寺尾 幸子

今期、理事を継続するにあたり、「施設栄養士に必要な栄養ケアのスキルアップ」、「施設および地域における介護予防」などの課題に取り組む所存です。職業

倫理のもと、エビデンスに基づく食事摂取基準の方針から一人一人の健康に理解を深めつつ、会員共に栄養士の資質向上と栄養士会の繁栄を目指してまいります。



東備支部 森下 優枝

行政栄養士として日々の仕事の中で、働く環境が違って、同じ地域で働く栄養士と交流や情報交換を図り、仕事に困った時には相談し合える仲間を作っておくことが大切だと感じています。そんな仲間とともに、スキルアップしながら、協働して地域に根付いた活動を進め、少しでもこの地域の力になることを目指していきたいと思っています。

微力ですが頑張りたいと思いますので、皆様のご指導ご協力をお願いいたします。



玉瀬支部 藤原美由起

この度、岡山県栄養士会の理事を務めさせていただくことになりました。様々な職域の方々と情報交換しながら、栄養士会の活動を盛り上げていければと

思っております。微力ではありますが、日々学びながら頑張りたいと思います。ご指導よろしくをお願いいたします。



総社支部 高田 直子

この度、岡山県栄養士会の理事という大役を務めさせていただくことになりました。

日々の業務に追われ、栄養士会の活動に参加しておりませんでしたので、わからないことばかりですが、これから勉強していきたいと思っています。

この2年間の経験や勉強したことが、今後の業務に生かされるよう頑張りたいと思います。よろしくをお願いいたします。



井笠支部 武田千和子

平成27年12月に病院栄養士を退職いたしました。

平成20年4月から国民に一番近い地域活動、高齢者配食サービス事業を始めています。今日の私が「栄養と食」をサポートできる立場になれることは、自身の努力は当然ですが、岡山県栄養士会主催研修会等、栄養士会役員で重ねた経験、地域管理栄養士の方々と輪があるからだと感じています。

井笠栄養士会では平成28年度から「みんなで考える井笠の医療と介護」が始まり、医療介護関係者等と地域の医療・介護課題について検討を重ねて考えていきます。

岡山県栄養士会理事としてできる仕事を頑張りたいと思います。よろしくお願いいたします。



新見支部 森 朋美

新見市は、県の最北西部に位置し、豊かな自然に恵まれ、その自然の中で育まれた特産物の多い地域です。そんな地域で活動する新見支部の支部長を今年度からさせていただくこととなりました。

地域性を生かしながら、住民の健康づくりや栄養改善を図ることを目的として、行政や多職種の方と連携し、地域の皆様に貢献できるような活動を行っていきたく考えていますので、よろしくお願いいたします。



高梁支部 片山富佐子

今年3月、約39年間勤めました高梁市役所を退職いたしました。

これからは、フリーの管理栄養士として、また支部長として、お世話になった市民の方々の健康支援や後輩の育成に微力ではありますが尽力していきたいと考えています。本年度の活動は、市民の糖尿病予防対策と地元サッカーチーム「シャルム」のスポーツ栄養サポートを重点的に取り組む計画をいたしました。行政や医師会の協力を得ながら、会員一同有意義な組織活動になるよう努力していきたいと考えています。



真庭支部 藤田富美子

この度、栄養士会の理事に就任いたしました。真庭支部は県北に位置し広範囲にわたり会員の職域もさまざまな分野に広がって活動していますが、私達は「食」で繋がっています。

これからも仲間の連携を密にして情報を共有し、ステップアップしたいと思います。皆様のご指導ご協力をよろしくお願いいたします。



津山支部 橋本美由紀

津山支部では、会員同士の交流を深め、話し合える環境づくりを目指して交流会を企画し、毎回幅広い年齢層の会員の参加に元気をもらっています。

これからも地域住民の食べることの喜びをサポートできるよう、一緒に勉強し仲間を増やしていきたいと思っています。皆様からの笑顔をお待ちしています。どうぞよろしくお願いいたします。



勝英支部 山本 真弓

この度、新理事をさせていただくことになりました。現在、勤務しております病院は、長期療養型の病院として重度の介護、また医療行為を必要とし、

自宅では介護が困難な方を、医療管理のもとに介護を行っています。また、高齢者の方々が大半を占めており、終身介護が現状にあります。

その中で私達、栄養士の役割として、患者様個々の状態に合わせた食事提供はもとより、家庭と同じように、最後まで自分の口から食べるという喜びや楽しみを感じていただきたいという思いで、日々、業務に従事しています。

今回、理事をさせていただく事で、他職域の栄養士の方々の交流を通じ、栄養士としての私自身の成長にも繋げていきたいと思っております。最後に、会員の皆様、ご指導ご協力をよろしくお願いいたします。



岡山市支部 渡邊 寛子

岡山市支部は、600余名の会員の力で70万市民に食の大切さを伝えて行く重要な役割を持っています。人々の幸福を守るために全力を注ぐ方法の一つが食の部分の改革です。この部分を様々な形で伝え「健康市民おかやま21の活動」を進めていく役割は大きくそれも一時ではなく日々の積み重ねが何より大切なことだと思われまます。人々の元気な姿に我々も元気をいただきながら一丸となって会員の皆様、一緒に前に進みましょう。



倉敷市支部 中村 博範

岡山県栄養士会の理事を引き続き務めさせていただきます倉敷市支部・研究教育の中村です。どうぞよろしくお願いいたします。

私は、倉敷市支部の支部長として、役員の方々とともに支部での事業の企画・運営を行っています。昨年は、「なかま」づくり企画として、新入会員交流会を開催いたしました。今後も、倉敷市で開催されるイベント等で栄養士会をPRするとともに、会員同士の「なかま」づくりのお手伝いできればと思います。支部の活動に、ご協力いただける方はぜひご連絡ください。



専務理事 竹内ひとみ

去る6月11日の定時総会において再任していただき、専務理事として3期目を迎えることになりました。

会長をはじめ、多くの会員の皆様から助けていただき4年間業務をこなしてまいりましたが、「数は力」を痛感しています。皆様の周りの未入会の方に、是非、お声かけをいただき一人でも多くの会員を増やし、組織強化を図りましょう。

平成28・29年度 監事です



川口 隆志



岡田 久史

VEGETABLES & FRUIT
S·K FOODS

野菜・フルーツ

エス・ケー・フーズ株式会社

〒701-0165 岡山市北区大内田756-2(岡山県総合流通センター内)

TEL (086) 292-5020 FAX (086) 292-5025

URL <http://www.skfoods.jp> E-mail message@skfoods.jp

理事役割分担

広報 (なかま・ホームページ)担当	畑本 淑子 学 倉敷	片山富佐子 地 高梁	藤田富美子 医 真庭	藤原美由起 福 玉瀬	中村 博範 研 倉敷
生涯教育担当	森光 大 福 岡山	市川 和子 医 岡山	人見 哲子 研 津山	高田 直子 学 総社	春名美智子 医 津山
ケア・ステーション担当	坂本八千代 医 岡山	寺尾 幸子 福 岡山	橋本美由紀 医 岡山	森下 優枝 公 東備	武田千和子 地 井笠
地域連携推進担当・ 栄養成分表示店普及促進担当	人見 哲子 研 津山	吉岡千恵子 公 玉瀬	渡邊 寛子 地 岡山	高田 直子 学 総社	森 朋美 公 新見
普及啓発資料作成・会員増対策担当	本多 佳代 勤 岡山	藤原美由起 福 玉瀬	光森 麻里 学 岡山	森下 優枝 公 東備	中村 博範 研 倉敷
支部のあり方検討担当	高原 一恵 公 岡山	山本 真弓 医 勝英	武田千和子 地 井笠	寺尾 幸子 福 岡山	橋本美由紀 医 津山
災害時栄養支援体制検討担当	細川 良子 地 井笠	吉岡千恵子 公 玉瀬	森 朋美 公 新見	坂本八千代 医 岡山	片山富佐子 地 高梁

岡山県栄養士会の貸し出し用媒体が増えました!



体脂肪サンプル1kg



塩分1gの食品(たくあん、食塩1g)



～減塩指導～
うどんのお汁を半分に残すと…

ご利用の際は栄養士会事務局まで
お申込みをお願いします。
郵送の場合は送料をいただきます。



減塩タペストリー

平成27年度事業報告並びに平成28年度事業計画

学校健康教育事業部 神應 多恵

学校健康教育事業部では、授業や給食時等、食に関する指導を行うことで、児童生徒の食への興味関心を高め、日々の食生活の実践へ活かすことができる力を育てています。そのため、自主研修会や、県や市町村の実施する研修会等で資質向上につとめています。

6月には、5年ごとに行っている「児童生徒の食生活、日常生活習慣等の調査」を実施し、同時に新体力テストのデータとクロス集計をしていくことで、児童生徒の実態をさらに把握していくことができるよう進めています。

5月18日には岡山ふれあいセンターにおいて、文部科学省初等中等教育局健康教育・食育課学校給食調査官齋藤るみ先生の「学校における衛生管理と食物アレルギー

対応について」というテーマで講演がありました。文部科学省が平成27年3月に配布した「学校給食における食物アレルギー対応指針」に基づき、安全な給食であることが不可欠の条件である食物アレルギー対応をするようにとのお話がありました。そして講演後、総会を開催しました。

私たち栄養教諭・学校栄養職員に求められている職務の重責を感じつつ、児童生徒の健やかな成長のために頑張っていきたいと思います。



研究教育事業部 青木三恵子

平成27年度は、新しい「認定制度」が始まり、2年目であった。5年間で一通りの生涯教育単位が取得でき、認定試験を受けることが出来るよう5年間の計画を立て、5年経過したのちの6年目は、また1年目の内容に戻るよう設定した。ただし、初めて生涯教育を受ける人のために、栄養士業務のためには、初年度に受けておくほうが



良いと思われる内容については、毎年開講することとした。

平成28年度も、前年度と同様、4日間の生涯教育を7/9山陽学園短期大学、8/6山陽学園短期大学、9/3岡山県立大学、10/8中国学園大学で実施する。残念ながら、平成28年度に認定試験を受ける会員は岡山県栄養士会にはいなかったが、自分自身のため、また後に続く後進の栄養士のため、さらに言えば、栄養士業務を通じてひろく人々の健康作りに貢献するためにも栄養士の力量を高めておくことが重要で、会員の皆様には是非、自らが受講し認定栄養士、認定管理栄養士になっていただきたい。

勤労者支援事業部 本多 佳代

平成27年度の事業部活動として、5月に高齢者の健康管理研修会、8月に生活習慣病研修会（糖尿病編）を実施しました。

5月の研修会においては、藤原尚子先生の下で、介護予防食（サルコペニア対策）調理実習と、筋力維持のための具体的な取組みについての講演を行い、医療、福祉からの参加者を含め多くの質問ができました。8月の研修会では、湯原内科医院の湯原院長から糖尿病の「現在の取

組みを薬治療・食事治療」の両面から講演があり、食事指導面については管理栄養士の平・森植両名からのお話がありました。今回は湯原院長の食生活のお話を聞くこともでき、緊張の中一瞬の和やかな時間ができました。

平成28年度事業部の活動計画として、5月に、再度湯原院長による生活習慣病予防研修会、8月に地産地消の取組みと大量調理に関する研修会、11月に給食管理・フードサービス研修会を、それぞれ実施の予定です。

公衆衛生事業部 吉岡千恵子

公衆衛生事業部では、市町村・保健所栄養士の相互の情報交換、資質向上に努めるとともに、地域住民の健康保持及び増進を目指した研修会を展開しています。

平成27年度は、第1回目の研修会で、新見公立大学の矢嶋裕樹先生を講師に迎え、「食事・栄養調査設計とデータ解析」について学びました。その後、岡山県の健康課題である「若い世代の野菜摂取不足」について、その原因や、効果的な野菜摂取向上に向けての方法を探るために、全県下で野菜に関するアンケート調査を実施しました。

第2回目の研修会で、矢嶋先生より、「野菜に関する調査結果・まとめと分析について」講演をいただきました。調査結果から、「野菜摂取の重要性はわかっているが、十分に摂取している人は少ない」「女性の便秘は野菜を十分

に摂取することによって改善される」「野菜摂取に関する知識がある人ほど野菜を食べている」等のことがわかりました。

今年度は、前年度までの取り組みを生かし、各市町村の実情に合った効果的な野菜摂取向上に向けての栄養施策を実行していきたいと考えております。

それに加えて、会員の希望により、乳幼児の口腔機能の発育・発達を学び、栄養指導のスキルアップを図ることを計画しています。今後も、会員の要望に沿った研修を企画し、レベルアップを図っていききたいと思います。



平成27年度事業報告並びに平成28年度事業計画

地域活動事業部 細川 良子

平成27年度事業報告

6月26～27日 「はぐくみ岡山」おぎゃっと21 in コンベックス

9月5日 スキルアップ研修会「災害時の食支援」中国学園大学にて

9月26日 コープフェスタ2015コンベックスにて

10月16日 「はぐくみ岡山」おぎゃっと21 in イオンモール倉敷

毎年、参加させていただいている「はぐくみ岡山」おぎゃっと21のコンベックス開催では、内容として、子育てパパ・ママ向けの離乳食の試食や離乳食相談、野菜クイズ、野菜ダンスなどを実施。2日間合わせてスタッフ延べ17人でお客様が離乳食試食約300人、離乳



食相談約80人、野菜クイズ約480人と盛況でした。

スキルアップ研修会では「災害時の食支援」として、JDA-DAT研修修了者を講師に30人ほどの参加者と記録の書き方、パッキング、避難所運営ゲーム(HUG)を行い、災害の少ない岡山でも備える重要性を研修を通じて身に付け、地域での普及啓発へ向け技術を高めることができました。



平成28年度の事業計画

例年の事業に加え、今年度の事業ではスキルアップ研修会を地域活動事業部と福祉事業部の共同開催として、栄養士も必須のお口の機能に関しての実習を交えての研修会を11月頃に計画進行中です。どうぞご期待くださいませ！

医療事業部 市川 和子

平成27年度は、地域連携を目指して地域で頑張る医療スタッフに焦点をあて3回の研修会を開催しました。いずれの会でも「当院の自慢のレシピ」と銘打って、食事療法の意義と栄養士としてのスキルアップを目指してポスタープレゼンテーションを行いました。

第2回の研修会では「医療と福祉の合同研修会」を開催しました。医療という狭い領域に留まることなく在宅～医療～福祉～地域へと連携の輪を広げ、口から食べられる幸せを少しでも多くの方に味わっていただけるように、岡山発「栄養情報提供書」を活用しながら連携の輪を広げていきたいと考えています。

第3回は診療報酬改定に先駆け、管理栄養士ができる

診療マネジメントの勉強を行いました。平成28年度7月には、第一次栄養指導状況の確認を計画しています。

例年行っている「小児糖尿病サマーキャンプ」では初めに参加した新人の管理栄養士から、多くの意見が聞かれました。

今年も、時代に取り残されないよう仲間と手を取り合って素晴らしい1年にしたいと考えています。



福祉事業部 寺尾 幸子

平成27年度は介護保険の改定があり、新たな経口維持加算に関連した内容の「多職種との取組み事例や経口維持計画の進め方について、先駆的施設からの情報提供」、「経口維持のための嚥下にやさしい介護食について、出展業者による実演と試食」、「摂食嚥下機能におけるメカニズムについて、歯科医師や言語聴覚士による専門分野から理解を深める」などの研修を行いました。28年度は、食事摂取基準2015を理解し「施設の食事摂取基準が根拠

をもって算出できること」、「栄養ケアプランに個別の食事摂取基準の算定根拠となるサービスが示されること」の研修を5月に、そして経口維持に関する研修会を6月に終了。また、11月23日地域活動と、12月11日医療との合同で研修を予定しています。

児童部会では、「出汁を使った食育」を26年度に継続して実施しました。今年は児童福祉施設におけるクッキング講座で、調理実習と、「食育の推進」「栄養管理」等の実践事例や講義を9月22日中国学園で開催します。

はばたけ 栄養士

「みんなが憧れる管理栄養士を目指して」

川崎医療福祉大学 臨床栄養学科 青木 孝文



私は、昨年度まで急性期の病院にて管理栄養士として勤務させていたしておりました。母校で教員として勤務させていただくことが決まってから、自分の大学時代を振り返って、また病院栄養士として働いた4年間、そして教員として勤務を始めてからもずっと、学生たちに何を伝えたいか、何を伝えられるのかということを考えています。

まず一番目は、病院栄養士という職業の魅力についてです。大学時代、他学科の学生や高校時代の友人など管理栄養士と接点が少ない人達からは、管理栄養士といえば、「学校給食のおばちゃん」というイメージが強く、どこでどんな仕事をしているかという事はあまり理解してもらえていませんでした。では、そう言われた時に自分がどう返答できたかという、「学校だけではなく、食事を提供している施設で働いていること、対象者に対し、必要に応じ食事内容についてアドバイスを行う仕事」という程度でした。恥ずかしい話ではありますが、一番大事なやりがいや魅力については十分に理解できていなかったと思います。では、今その魅力をどう表現するかというと、著名な先生方の受け売りではありますが、一言でいえば管理栄養士は、「命を救うことができる仕事」だという事です。その根拠といえるのが、「栄養ケアプロセス」です。

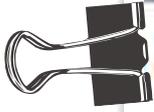
栄養関連問題に対し、栄養アセスメント、栄養診断、栄養介入、栄養のモニタリング・評価を行い、栄養状態、健康・疾病状態を改善する。他職種にはできない、管理栄養士の強

みであり、腕の見せ所であり、魅力だと思います。

また、これは管理栄養士にだけいえることではありませんし、一人で成しえることではありませんが、患者から感謝される喜びを得る機会があります。患者から感謝されるということは、多くの方々が、患者の為に、最善を尽くし、思いやりのある治療やサポートが行え、患者にそのことが伝わっている結果だと思います。本当に素晴らしいことです。少しでも早く、私もその一員であると胸を張って思えるようになりたいと勤務しておりました。学生にもそうなって欲しいと強く思います。

二番目は、立派で素敵なお人になろうという事です。大学時代は、大きな変革を迎える時期の一つだと考えています。高校生までの生活とは一変し、自分で自分の人生を選択できる自由が増えると共に、それに伴う責任が増え、社会とかかわる機会が増えていきます。とある番組で「学習率=学び/体験」の公式と考え方を知り、感銘を受けました。

私自身、管理栄養士としても、人としても未熟であり発展途上であります。これからも、患者や先輩方、先生方、病院関係者の皆様そして、学生からも様々なことを体験させていただく機会があると思います。今の私に出来ることは機を見て、折に触れ、学生に管理栄養士の魅力を伝え、多数の体験から、より多くを学べるようサポートすることだと思います。そして、立派で素敵なおみんなが憧れる管理栄養士を私自身も目指しながら、共に成長していきたいと思っています。



公益社団法人
岡山県栄養士会

岡山のあじ

岡山市支部

豚肉の梅しそチーズ巻き

冷めてもおいしいので、
お弁当にもおすすめです。



材 料 (4人分)

豚ロース薄切り	16枚	みりん	大さじ1
大葉	16枚	しょうゆ	大さじ1
れんこん	50g	サラダ菜	適量
ズッキーニ	50g	プチトマト	8個
なす	50g		
山芋	50g		
梅干し	2個		
とろけるチーズ	80g		
オリーブ油	大さじ½		

作り方

- ① れんこん、山芋は皮を取り、薄切りにし、半月切りまたはいちょう切りにする。
ズッキーニ、なすは薄く切り、半月切りにする。
- ② 梅干しは種を取り包丁でたたく。
- ③ まな板に豚肉を広げ上に大葉、野菜、梅干し、チーズをのせ、手前からくるくると巻く。
- ④ フライパンにオリーブ油をひき、③の肉巻きを並べふたをして中火で焼き、ときどき肉をひっくり返しながらかつね色になるまで焼く。
- ⑤ ④にみりんとしょうゆを加えからめる。
- ⑥ 器に肉巻き4種類を盛り、サラダ菜とプチトマトを添える。

1人分の栄養成分

エネルギー	327kcal
たんぱく質	20.9g
脂 質	21.3g
炭水化物	12.9g
食塩相当量	1.8g

事務局だより

平成28年度理事会報告

1. 平成28年4月29日

承認事項

- 1) 職務執行状況(会長・専務理事)承認
- 2) 新入会員、再入会員の承認
- 3) 平成27年度事業及び会計報告(審議後承認)

審議事項

- 1) 平成28年度定時総会(日程・立候補届け等)
- 2) 熊本地震災害支援について

確認事項

- 1) 関連団体への会議出席
- 2) 表彰者の選出方法及び選出基準

2. 平成28年6月11日

承認事項

- 1) 代表理事、業務執行理事選定

- 2) 副会長選定
- 3) 常任理事選定
- 4) 新入賛助会員の承認

3. 平成28年7月2日

承認事項

- 1) 新入・再入会員承認
- 2) 新入賛助会員、退会賛助会員の承認
- 3) 役員の報酬並びに費用に関する規則変更の承認

審議事項

- 1) 平成28年度事業について
- 2) 理事の役割と平成28年度会務分掌について

報告事項

- ・各種会議報告
- ・関係会議等予定
- ・ホームページ原稿提出スケジュール
- ・被災者支援活動資金の現状

お知らせ

☆本年度管理栄養士国家試験に合格された方、おめでとうございます。管理栄養士番号を事務局までお知らせください。

☆平成28年度栄養士会費納入がまだの方は早急をお願いします。

「日本栄養士会雑誌」(旧「栄養日本」)や栄養士会からの文書が届かなくなります。

☆氏名・住所・勤務先・所属事業部・管理栄養士など変更があった方は、FAX、E-メールまたは葉書で事務局にお知らせください。転居されていると郵送物は届きません。

☆事務局の夏休みは、8月13日(土)～15日(月)



平成28年度となり新体制の理事による活動がますます活発になることが期待できます。「なかま」の編集委員も一部交代となり新メンバーとなりました。新情報や活動報告がより深い絆になるように、皆様からの原稿をお待ちしています。

これから猛暑になりますので、皆様も健康に気を付けて過ごしましょう。

編集委員 笹埜三世里

東洋羽毛「睡眠セミナー」無料サービスのご案内

Sleeping seminar

◆こんなお悩みはありませんか？

- ・夜勤明け、体は疲労しているのになかなか眠れない。
- ・寝起きが苦手で起床時間ギリギリまで起きられない。
- ・睡眠時間は長いのに、眠りの質に満足できない。



◆睡眠セミナーを無料で開催しています

東洋羽毛では「睡眠健康指導士」の資格を有した講師による充実したセミナーをご用意しています。

研修会や勉強会、学会でのコーヒーマシーンもご提供しています。



東洋羽毛中四国販売株式会社 岡山営業所

〒700-0845 岡山県岡山市南区浜野4-3-37

～お気軽にお問い合わせください～

フリーコール 0120-224711



発注業務、現場スタッフへの細かな
作業指示で困っていませんか？

ワークスタイルを改善し、
新しい職場をお客様と共に作ります。
さあ、新しい給食管理システムへ。



給食管理システム

SMART DIETITIAN²

スマートダイエティシャン



病院・クリニック



老健・特養



セントラルキッチン
フードサービス



保育園・幼稚園

サブ版 198,000円 (税別) 新調理版 398,000円 (税別)

※データベースのクラウド運用 (PaaS) 対応 ※導入・取扱説明・保守別

第 63 回日本栄養改善学会学術総会・リンクステーションホール青森 (9月7日~9日) に出展します。



Healthcare ICT Solution | 栄養価計算・給食管理・保健指導

株式会社 **マッシュルームソフト**

ISO/IEC 27001:2013 認証登録番号 10672取得しています。

● 資料請求・お問い合わせ・デモ希望



フリーダイヤル
平日9:00~18:00

0120-979-840



最新情報はホームページへ▼▼▼▼

マッシュルームソフト

検索

岡山県岡山市北区下石井2-1-18 ORIXビル6F
TEL(086)221-2400 / FAX(086)221-2401

東京都中央区日本橋3-2-14 日本橋KNビル4F
TEL(03)6404-8956 / FAX(03)6404-8957